PROGRAMMATION SAISONNIÈRE

Automne 2012

PÉRIODE D'INSCRIPTION :
10 au 17 septembre 2012

Loisirs Collectifs

Saint-Albert

Sainte-Clotilde-de-Horton

Sainte-Séraphine

Information : 819 336-5344 ou 1 866 794-9850 poste 2 - info@loisirscollectifs.ca

INSCRIPTIONS

La période d'inscription aura lieu du **10 au 17 septembre 2012**.

En ligne : À partir du 10 septembre 9 h, au www.amilia.com/loisirscollectifs
Sélectionnez « **Payez plus tard »** dans les modes de paiement.

En personne : Lundi au jeudi : 9 h à 12 h et de 13 h 15 à 16 h 30 / Jeudi soir: 18 h 30 à 20 h 30
Lieu : Bureau municipal de Sainte-Clotilde-de-Horton (17, Route 122)

Par téléphone : 819 336-5344 ou 1 866 794-9850 poste 2
Vous pouvez laisser un message sur la boîte vocale en dehors des heures de bureau.

Veuillez noter que pour certains cours offerts dans cette programmation, vous devez vous inscrire par téléphone directement auprès du professeur.

Loisirs Collectifs ne peut garantir le démarrage des activités si le nombre minimal d'inscriptions requis n'est pas atteint.

MODALITÉS DE PAIEMENT

Paiement par chèque ou en argent comptant au professeur lors du premier cours.
Le professeur vous indiquera à quel ordre doit être fait votre chèque.

RABAIS

Certaines activités de la programmation saisonnière Automne 2012 offrent des rabais :

Un rabais de 10% est accordé aux personnes qui s'inscrivent à une activité avant le 17 septembre 2012. Cette activité doit être suivie du pictogramme :

Un rabais est accordé aux familles qui inscrivent plus d'un enfant à la même activité.
La première inscription est au prix régulier et les suivantes à 10% de rabais.
Cette activité doit être suivie du pictogramme suivant :

REMBOURSEMENT

Aucun remboursement ne sera effectué après le début des activités.

TABLE DES MATIÈRES

Activités culturelles	p. 2
Activités sportives	p. 3
Activités pour enfants et ados	p. 5
Organismes communautaires	p. 6
Bibliothèques	p. 7

ACTIVITÉS CULTURELLES

ANGLAIS INTERMÉDIAIRE *18 ANS ET +*

*Apprentissage **intermédiaire** de l'anglais par des exercices et de la conversation.*

Endroit : centre communautaire (local des organismes)
1, rue du Parc, **Sainte-Clotilde-de-Horton**

Horaire : mercredi, 19 h 00 à 20 h 30

Durée : 10 semaines, du 26 septembre au 28 novembre

Coût : 75 $

Professeure : Mélanie Guenet

ESPAGNOL DÉBUTANT *18 ANS ET +* NOUVEAU !

*Apprentissage **des bases** de l'espagnol par des exercices et de la conversation.*

Endroit : centre communautaire (local des organismes)
1, rue du Parc, **Sainte-Clotilde-de-Horton**

Horaire : jeudi, 18 h 30 à 20 h

Durée : 10 semaines, du 27 septembre au 29 novembre

Coût : 75 $

Professeure : Carole Levasseur

PHOTOGRAPHIE *15 ANS ET +* NOUVEAU !

Le programme de photographie est divisé en trois ateliers alliant théorie et pratique. Il vous permettra de mieux connaître votre appareil photo et ses possibilités, d'améliorer la qualité esthétique de vos prises de vue et d'approfondir des techniques plus avancées.

Atelier 1 : Connaître tous les boutons de votre appareil photo et les pictogrammes de son menu (1 cours)
Atelier 2 : Comment bien composer vos prises de vue (3 cours) **Exigence :** avoir suivi l'atelier 1
Atelier 3 : Cours de photographie (6 cours) **Exigence :** avoir suivi l'atelier 1 et 2

Endroit : centre communautaire (local des organismes)
1, rue du Parc, **Sainte-Clotilde-de-Horton**

Horaire : mardi, 18 h 30 à 21 h

Durée : 10 semaines ➡ Atelier 1 : 25 septembre
Atelier 2 : 2 au 16 octobre
Atelier 3 : 23 octobre au 27 novembre

Coût : adulte : 20 $ / cours
étudiant : 15 $ / cours

Professeur : Robert Boulanger

Information et inscription : 819 353-1461 ou, sans frais : 1 877 353-1461

Matériel requis : appareil photo, crayon, papier (ateliers 1, 2 et 3)
manuel d'instructions de l'appareil photo (atelier 1)
photos (ateliers 2 et 3)

ACTIVITÉS SPORTIVES

CARDIO MÉLI-MOLLO *POUR TOUS* NOUVEAU !

Programme d'exercices physiques pour débutants et intermédiaires destiné à des personnes de tous les âges qui souhaitent garder la forme ou la retrouver. Entraînement diversifié, motivant et très facile à suivre spécialement conçu pour bouger dans le plaisir. Sous l'œil d'une instructrice dynamique, enjouée et à votre écoute, vous aurez la chance de découvrir diverses disciplines tel que l'aérobie, la musculation, le pilates, le tae boe, le yoga, le zumba, etc. Des surprises seront au rendez-vous à chaque semaine!

Endroit : centre communautaire (grande salle)
1, rue du Parc, **Sainte-Clotilde-de-Horton**

Horaire : lundi, de 13 h à 14 h

Durée : 10 semaines, du 24 septembre au 3 décembre
relâche le 8 octobre

Coût : 50 $ - *paiement en argent comptant seulement*

Professeure : Emmanuelle Beausoleil

Matériel requis : bouteille d'eau, serviette, poids de 1 à 5 livres, tapis de sol, vêtements de sports confortables et espadrilles

KARATÉ KENPO *5 ANS ET +*

Apprenez à améliorer votre concentration, votre discipline, votre agilité et votre confiance en vous tout en apprenant à vous défendre. Ce cours s'adresse aux enfants, aux adolescents et aux adultes réunis dans un même groupe et il est offert à Saint-Albert et à Sainte-Clotilde-de-Horton.

SAINT-ALBERT

Endroit : école Amédée-Boisvert (gymnase)
1147, rue du Couvent

Horaire : lundi, de 18 h 30 à 20 h

Durée : 15 semaines, du 10 septembre au 17 décembre

SAINTE-CLOTILDE-DE-HORTON

Endroit : école La Sapinière (gymnase)
27, rue Saint-Denis

Horaire : mercredi, de 18 h 30 à 20 h

Durée : 15 semaines, du 12 septembre au 19 décembre

Coût : prix individuel ou familial (cours d'essai gratuit)

Professeur : André Poisson, ceinture noire 7e degré

Information et inscription : 819 758-8918
Note : Vous pouvez vous inscrire sur place en vous rendant au premier cours.

TEAKWONDO *5 ANS ET +*

En tant qu'art martial, le teakwondo sollicite les qualités d'attention, de concentration, de persévérance et de contrôle de soi. En tant que sport de combat, il associe puissance et rapidité. Ce cours s'adresse aux enfants, aux adolescents et aux adultes réunis dans un même groupe.

Endroit : centre communautaire (grande salle)
1, rue du Parc, **Sainte-Clotilde-de-Horton**

Horaire : mardi, de 18 h 00 à 19 h 45

Durée : 12 semaines, du 25 septembre au 11 décembre

Coût : 60 $

Professeur : Jean Faucher

AÎNÉS EN FORME *55 ANS ET PLUS*

Offert par une spécialiste de l'activité physique (kinésiologue), ce cours est conçu spécifiquement pour des participants souhaitant améliorer ou maintenir une bonne santé physique générale. Il convient tant aux personnes en bonne santé qu'à celles souffrant de maladies chroniques tel que : diabète, hypertension artérielle, hypercholestérolémie. Les séances d'exercices étant exécutées dans le respect des capacités de chacun, chacun bouge à son propre rythme. Entraînement sécuritaire sans saut combinant des exercices cardiovasculaires légers, musculaires, de flexibilité et de relaxation, le tout adapté pour une clientèle âgée de 55 ans et plus. Travail en douceur avec des accessoires (bandes élastiques, chaises, tapis de sol, etc.) afin de permettre au corps de se reconnecter tout en respectant les limites et contraintes amenées par la vie. Musique dynamique.

Endroit : centre communautaire (grande salle)
1, rue du Parc, **Sainte-Clotilde-de-Horton**

Horaire : lundi, de 9 h à 10 h

Durée : 10 semaines, du 24 septembre au 3 décembre
relâche le 8 octobre

Coût : 75 $

Professeure : Lyne Ferroni, kinésiologue

Matériel requis : bouteille d'eau, serviette, tapis de sol, vêtements de sport confortables et espadrilles

VIACTIVE *50 ANS ET PLUS*

L'activité physique par excellence des personnes de 50 ans et plus qui visent l'amélioration des paramètres de la condition physique tel la force et l'endurance musculaires, la flexibilité, l'équilibre et la coordination. Les routines d'exercices Viactive sont exécutées au son d'une musique entraînante.

Endroit : salle du Pavillon du Général Maurice-Baril
27, rue des Loisirs, **Saint-Albert**

Horaire : mardi et jeudi, de 9 h 30 à 10 h 30

Durée : 9 semaines, du 16 octobre au 13 décembre

Coût : gratuit

Responsables : Louise M. Bergeron et Claudette Gouin

Information et inscription : 819 353-2320 ou 819 353-2351

ACTIVITÉS POUR ENFANTS ET ADOS

DANSE *4 ANS ET +*

Introduction à la danse à l'aide d'une variété de rythmes et de styles de musique. On y travaille certains éléments techniques ainsi que la coordination, la souplesse, les déplacements dans l'espace et la mémorisation de petites chorégraphies qui feront l'objet d'un spectacle à la fin de la session.

Endroit : école Amédée-Boisvert (gymnase)
1147, rue du Couvent, **Saint-Albert**

Horaire : vendredi, de 18 h 30 à 19 h 30

Durée : 10 semaines, du 28 septembre au 30 novembre

Coût : 30 $

Professeure : Laurence Martel

GYMNASTIQUE *3 À 7 ANS*

Ce cours vise le développement de l'habileté motrice, de la créativité et de l'imagination par le jeu ainsi que l'amélioration de la forme physique et de la coordination.

Endroit : école Amédée-Boisvert (gymnase)
1147, rue du Couvent, **Saint-Albert**

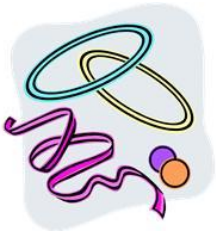
Horaire : vendredi, de 17 h 30 à 18 h 30

Durée : 10 semaines, du 28 septembre au 30 novembre

Coût : 30 $

Professeure : Laurence Martel

Matériel requis : vêtements de sport confortables et espadrilles



IMPROVISATION *12 À 16 ANS*

Ce cours initie les adolescents à l'improvisation. Ils apprendront entre autres comment jouer avec les idées, créer et travailler en équipe, commencer et faire avancer une histoire ainsi qu'à réagir aux idées des autres.

Endroit : centre communautaire (local des Loisirs)
1, rue du Parc, **Sainte-Clotilde-de-Horton**

Horaire : vendredi, de 18 h à 19 h

Durée : 10 semaines, du 28 septembre au 30 novembre

Coût : 30 $

Professeure : Élisabeth Boucher

KARATÉ KENPO *5 ANS ET +*

Voir p. 3

TEAKWONDO *5 ANS ET +*

Voir p. 4

ORGANISMES

CLUB DE LA FADOCQ DE SAINT-ALBERT

Présidente : Fernande Lampron **Information :** 819 353-2789

PRINCIPALES ACTIVITÉS :

	Horaire	Date début	Coût
Billard :	mardi à 19 h	9 octobre	gratuit
Cartes :	mardi au vendredi à 14 h	9 octobre	gratuit
Marelle :	mardi à 19 h	9 octobre	15 $ / année
Cours de danse :	vendredi à 19 h	12 octobre	gratuit

CLUB DE L'ÂGE D'OR DE SAINTE-CLOTILDE

Présidente : Réjeanne Trépanier **Information :** 819 336-3979

PRINCIPALES ACTIVITÉS :

	Horaire	Date début	Coût
Quilles :	mardi et jeudi à 13 h	4 septembre	8 $ / sem.
Cartes :	mercredi à 13 h	26 septembre	1,50 $ / sem.
Marelle :	mercredi à 19 h	26 septembre	2 $ / sem.
Scrabble :	lundi à 13 h	15 octobre	1 $ / sem.

CUISINES COLLECTIVES

Ça vous tente d'économiser de l'argent, du temps et de partager vos connaissances en cuisine tout en vous amusant? Si votre réponse est oui, venez participer aux cuisines collectives!

Endroit : centre communautaire
1, rue du Parc, **Sainte-Clotilde-de-Horton**

Responsable : Martine Faucher **Information et inscription :** 819 336-2404

PARTENAIRES 12 -18

Partenaires 12-18 encourage les adolescents à présenter leurs idées et leurs projets afin de leur offrir le support nécessaire à leur réalisation. Les rencontres du comité ados Ste-Clo ont lieu les lundis à 19 h au centre communautaire (local des organismes) de Sainte-Clotilde-de-Horton (1, rue du Parc) et celles du comité des 12-18 de Sainte-Séraphine, les mercredis à 19 h au local de l'OTJ de Sainte-Séraphine (2660-B, rue du Centre-Communautaire)

Responsable : Maude Tourigny **Information :** 819 758-3105 poste 37066 ou 35659

SCOUTS *7 À 11 ANS*

Le scoutisme est un mouvement d'éducation par le jeu qui priorise l'esprit d'équipe, la découverte de la nature, l'autonomie et le leadership. Les parents qui sont intéressés à avoir plus de renseignements sur le 34^{e} groupe scout sont invités à assister à l'assemblée générale annuelle qui aura lieu le lundi, 10 septembre à 19 h 30 à l'école La Sapinière de Sainte-Clotilde-de-Horton (27, rue Saint-Denis).

Responsable : Julie Côté **Information et inscription :** 819 336-3390

BIBLIOTHÈQUES

Bibliothèque de Sainte-Clotilde-de-Horton
27, rue Sainte-Denis
Tél. : 819 336-5363

Horaire

Mercredi : 18 h à 20 h 30
Samedi : 9 h 30 à 11 h

Bibliothèque de Sainte-Séraphine
2660, rue du Centre-Communautaire
Tél. : 819 336-3222

Horaire

Mardi : 9 h à 11 h
Mercredi : 18 h 30 à 19 h 30

SITES INTERNET

Municipalité de Saint-Albert: www.munstalbert.ca

Municipalité de Sainte-Clotilde-de-Horton : www.steclotildehorton.ca

Municipalité de Sainte-Séraphine : www.munsainteseraphine.ca

La programmation saisonnière Automne 2012
est rendue possible grâce à la participation des municipalités membres des Loisirs Collectifs

Municipalité de Saint-Albert

Municipalité de Sainte-Clotilde-de-Horton

Municipalité de Sainte-Séraphine